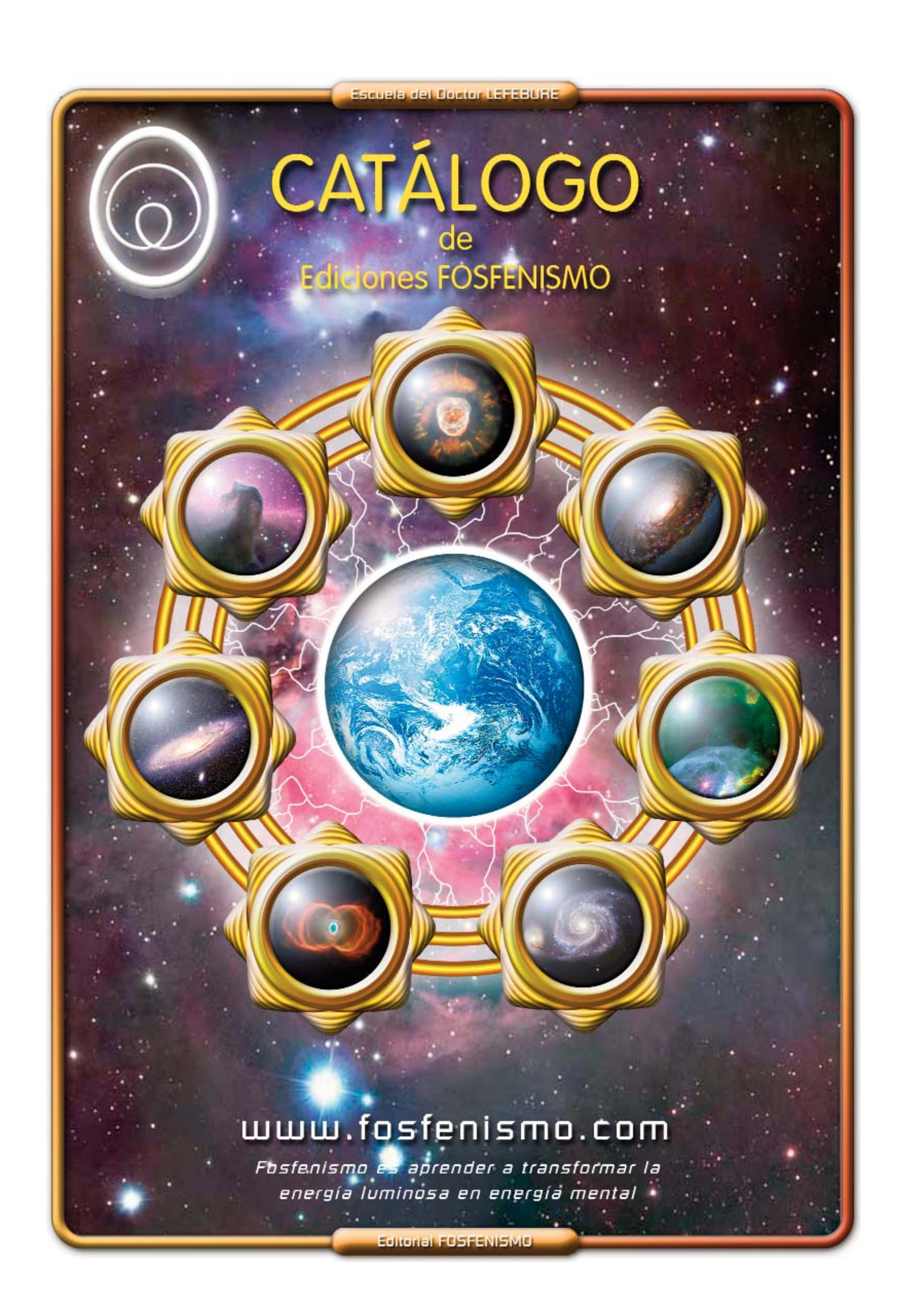

Escuela del Doctor LEFEBURE
CATÁLOGO
de
Ediciones FOSFENISMO
www.fosfenismo.com
Fosfenismo es aprender a transformar la
energía luminosa en energía mental
Editorial FOSFENISMO



LA MEZCLA FOSFÉNICA ES UN INSTRUMENTO MUY POTENTE DE DESARROLLO PERSONAL.

Permite el desarrollo rápido de la ***MEMORIA,*** de la ***CONCENTRACIÓN,*** de la ***CREATIVIDAD*** y de la ***INTUICIÓN.*** Unos resultados sorprendentes, apreciables desde las primeras sesiones.

Es un método realmente sencillo, agradable y al alcance de todos.


7


1

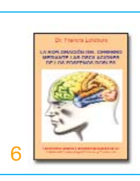


2


3


4


5


6

1 - EXPANSIÓN CEREBRAL POR LA LUZ NATURAL

Esta obra explica en detalle cómo practicar el formidable método del Dr. LEFEBURE.

Ref. : LABC. Precio: 19 €

2 - UN CD AUDIO

Con ejercicios prácticos explicando la «mezcla fosfénica».

Ref. : CD LABC. Precio: 32 €

3 - LÁMPARA FOSFÉNICA DE BOLSILLO

Su filtro especial le asegura la obtención de preciosos fosfenos y garantiza una inocuidad total sobre la retina en las observaciones fijas. Puede ser confiada sin ningún peligro incluso a un niño. De viaje o en casa, de vacaciones o en el trabajo, la «lámpara fosfénica de bolsillo» le será útil en cualquier circunstancia. Funciona con pilas que no se proporcionan.

Ref. : A01. Precio: 44 €

4 - PEQUEÑA GUÍA DE LA MEZCLA FOSFÉNICA

Resumen de *Expansión cerebral por la luz natural*, con los procedimientos básicos de la «mezcla fosfénica».

5 - EXPANSIÓN CEREBRAL POR LA AUDICIÓN ALTERNATIVA

La audición alternativa es escuchar primero por el oído derecho y después por el izquierdo, a un ritmo regular un sonido que puede ser un zumbido o un chasquido, o ambos.



Los dos pueden asociarse, o incluso se puede utilizar una instrucción oral o música. Los efectos fueron verificados en diversos laboratorios del Estado Francés, el C.N.R.S, el Instituto Nacional de Deportes y en el laboratorio central de los P.T.T. La audición alternativa es muy utilizada en:

Pedagogía: la utilización del Alternófono en el estudio permite una mejor comprensión. La atención se mantiene sin que aparezca fatiga; el trabajo intelectual es de mejor calidad y más organizado. El Alternófono se utiliza regularmente entre los estudiantes para preparar los exámenes.Las materias incluso las difíciles, se vuelven más atractivas durante la audición alternativa. Así se logra una mayor motivación en el estudio.

Desarrollo psíquico: las técnicas iniciáticas son más eficaces si se asocian con el Alternófono. Se accede con facilidad a numerosos fenómenos psíquicos, a estados de relajación y de vacío mental. Los sueños se vuelven proféticos, con revelaciones relacionadas con el tema de meditación personal. El Alternófono facilita el desdoblamiento y la subida de kundalini.

Ref. : L04. Precio: 19 €

6 - LA EXPLORACIÓN DEL CEREBRO por las oscilaciones de los fosfenos dobles

El estudio de los fosfenos dobles permite determinar qué efecto tiene sobre el cerebro: un régimen alimenticio, una postura física, un medicamento, un ejercicio mental, etc. Los fosfenos constituyen verdaderas sondas que nos dan múltiples informaciones de orden psicológico y de análisis médico.

Ref. : L11 - Precio: 25 €

7 - ANTIFAZ DE RELAJACIÓN

Indispensable para crear una oscuridad casi perfecta con el fin de practicar en las mejores condiciones.

Ref. : AB. Precio: 14 €



El equipo - Ref. : CMF +

El equipo CMF + puede adquirise sin los libros L11 y L04 convirtiéndose en el equipo CMF hasta fin de existencias.



El equipo - Ref. : CMF



Doctor LEFEBURE
2 veces Medalla de Oro, Premio del Concurso Lépine por el Método de la
Mezcla Fosfénica en Pedagogía





Nivel
• practicante



LÁMPARA FOSFÉNICA DEL DOCTOR LEFEBURE

Especialmente concebida para la realización de fosfenos, ***con luz de día / luz natural.***

Normas establecidas por más de ***40 años de utilización*** en miles de sujetos



1 2 3 4



5 6

1 - LÁMPARA FOSFÉNICA DEL DOCTOR LEBEBURE® 2008

Se ha diseñado especialmente para la práctica del Fosfenismo y para ser utilizada con la nueva bombilla de luz natural creada para el Fosfenismo. Cumple con todos los requisitos técnicos y de seguridad. Ha sido revisada por el INSTITUTO TECNOLÓGICO METAL-MECÁNICO (AIMME). Normas CE.

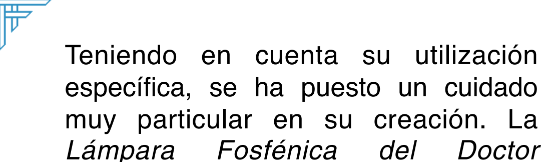
Para el desarrollo de la memoria y para los estudiantes que hacen muchos de fosfenos en el marco de sus estudios; para el desarrollo individual y la práctica de las técnicas iniciáticas, con el fin de trabajar de modo eficaz con los fosfenos.

Todo el método se basa en la utilización de los fosfenos. Para obtenerlos de modo eficaz, debe utilizar la *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure® con* el fin de asegurarse una reflexión perfecta de la luz y ningún riesgo ocular.

Es por eso que hemos fabricado un reflector especial concebido únicamente para el Fosfenismo y para la nueva bombilla de luz natural con el fin de asegurar una difusión perfecta de la luz.

En está nueva *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure® 2008* se ha incorporado un pulsador que facilita su encendido y apagado.

Teniendo en cuenta su utilización específica, se ha puesto un cuidado muy particular en su creación. La *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure® 2008* dispone de un soporte orientable con pinza que permite su colocación en cualquier lugar, estanterías, mesas etc.



Ref. : ALP. Precio: 241 €

2 - BOMBILLA DE LUZ NATURAL

Esta bombilla se ha fabricado siguiendo las indicaciones de Fosfenismo para ser utilizada en la *Lámpara fosfénica del Doctor Lefebure® 2008* y además como fuente ideal de luz natural.

Por su rendimiento de color (CRI 92) y su temperatura de color (6500 K.), lo máximo que técnicamente se puede conseguir con este tipo de bombillas y su diseño encapsulado, hacen que su luz sea imposible de distinguir de la luz solar. Se puede utilizar tanto para hacer magníficos fosfenos como para trabajar con fosfenos por reflexión de la luz. Reduce el cansancio de los ojos y permite períodos de trabajo más largos y más agradables, su luz es dulce y relajante para el cerebro y para la vista. Permite leer y trabajar en el ordenador con un máximo de comodidad y de descanso ocular.

Puede quedar encendida sin interrupción debido a su larga vida (15000 horas) y su bajo consumo 23 W. que equivalen a 125 W. de las bombillas de filamento. Utilizable en fototerapia y cromoterapia.

Ref. : A08. Precio: 48 €

3 - EXPANSIÓN CEREBRAL POR LA AUDICIÓN ALTERNATIVA

La activación del cerebro gracias a los sonidos alternos, trabajo por el que el Dr. LEFEBURE recibió multitud de premios y que dio origen al Alternófono.

Ref. : L04. Precio: 19 €

4 - ANTIFAZ DE RELAJACIÓN

Indispensable para crear una oscuridad casi perfecta con el fin de practicar en las mejores condiciones.

Ref. : AB. Precio: 14 €

5 - EXPANSIÓN CEREBRAL POR LA LUZ NATURAL

Esta obra explica en detalle cómo practicar el formidable método del Dr. LEFEBURE.

Ref. : LABC. Precio: 19 €

6 - UN CD AUDIO

Con ejercicios prácticos explicando la «mezcla fosfénica».

Ref. : CD LABC. Precio: 32 €

El equipo - Ref.: CPT
(ALP + A08 + AB)



El equipo - Ref.: CPT+
(ALP + A08 + AB + L04 + LABC + CD LABC)





Doctor LEFEBURE
Medalla de Plata
en el Salón Mundial de Inventores, 1973,
por la invención de la
Lámpara de Mezcla Fosfénica





DESARROLLO DE LA MEMORIA Y DE LA INTELIGENCIA POR MEDIO DE LA MEZCLA DEL PENSAMIENTO CON LOS FOSFENOS

Dificultades de aprendizaje - Problemas de memoria - Problemas de atención - Dislexia - Disortografía - Retraso escolar - Tartamudeo

En 1959, siendo médico del Servicio de Salud escolar, el Doctor Francis LEFEBURE descubrió y analizó la acción dinamizante de la luz sobre todas las funciones cerebrales. Su método se basa en los «fosfenos», es decir, las manchas multicolores que persisten en la oscuridad durante tres minutos, tras mirar fijamente una fuente luminosa adecuada durante unos treinta segundos.

El extraordinario descubrimiento del Doctor LEFEBURE es que la mezcla de un pensamiento con el fosfeno TRANSFORMA LA ENERGÍA LUMINOSA EN ENERGÍA MENTAL. Entonces, los fosfenos provocan el desarrollo de la memoria, la inteligencia, la atención, la concentración y la creatividad y de la intuición.

UN MÉTODO ESPECIALMENTE ADAPTADO A TODAS LAS FORMAS DE ENSEÑANZA

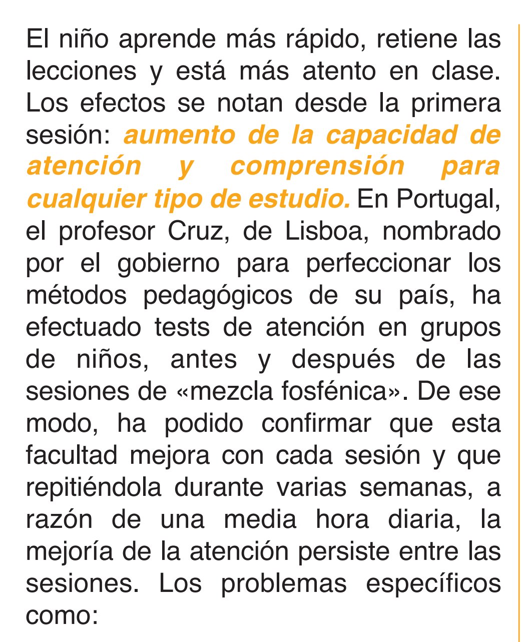
La aplicación del método es realmente simple y agradable.

El niño no necesitará un tiempo adicional para estudiar sus lecciones, pero aprende de una manera que le quedará todo grabado en la memoria y esta mejoría se verá acompañada de una expansión cerebral, mantenida entre sesiones. Existe una modalidad de aplicación para cada materia escolar: idiomas, historia, geografía, etc. En matemáticas, el razonamiento se estructura mejor y los datos de los problemas se asimilan con mayor facilidad.

Los progresos y los resultados se manifiestan rápidamente. Se facilita el cálculo mental. Mejora la apreciación de nuevos puntos de vista. Aumenta la aparición de ideas para redacciones o narraciones. En el aprendizaje de una lengua, los fosfenos facilitan la memorización de palabras nuevas, construcciones gramaticales y permiten captar fácilmente el acento.

MEJORA RÁPIDA DE LOS RESULTADOS ESCOLARES

En niños de unos diez años, la mejora de los resultados escolares es a menudo perceptible en un mes.



El niño aprende más rápido, retiene las lecciones y está más atento en clase. Los efectos se notan desde la primera sesión: ***aumento de la capacidad de atención y comprensión para cualquier tipo de estudio.*** En Portugal, el profesor Cruz, de Lisboa, nombrado por el gobierno para perfeccionar los métodos pedagógicos de su país, ha efectuado tests de atención en grupos de niños, antes y después de las sesiones de «mezcla fosfénica». De ese modo, ha podido confirmar que esta facultad mejora con cada sesión y que repitiéndola durante varias semanas, a razón de una media hora diaria, la mejoría de la atención persiste entre las sesiones. Los problemas específicos como:

- la ***DISORTOGRAFÍA,***
- la ***DISLEXIA***,
- y el ***TARTAMUDEO,*** pueden ser corregidos en unos meses, así como los problemas de ***retraso escolar.***

PROGRESOS ESCOLARES EVIDENTES

Desde hace casi cuarenta años, el libro del Doctor LEFEBURE *La Mezcla Fosfénica en Pedagogía*, ha permitido a millares de niños y estudiantes poder seguir los cursos y aprobar los exámenes luchando así eficazmente contra el fracaso escolar.

MÚLTIPLES APLICACIONES PARA CUALQUIER EDAD Y PROBLEMA

Los estudiantes se dan cuenta que la asimilación es más rápida y que se nota su efecto sobre la comprensión. Las ideas se estructuran mejor.

Las personas que necesitan ***retomar los estudios*** tras un largo período de inactividad intelectual, verificarán rápidamente que su concentración mejora, que retienen mejor las materias y que trabajan más deprisa.

Los adultos pueden obtener igualmente numerosas ventajas: la memoria se ve estimulada, la confianza aumenta y se desarrolla la creatividad. La resistencia nerviosa y física crecen, lo que permite enfrentarse al estrés y a las tensiones.

MULTIPLIQUE SU ENERGÍA MENTAL

El Fosfenismo no es solamente un método que permite hacer más eficazmente un trabajo, es sobre todo una técnica que verdaderamente logra la expansión de la personalidad, con total independencia.

El efecto de la «mezcla fosfénica» sobre el sueño es notable; muchos insomnios se curan así. Los sueños se vuelven más coloreados, más lógicos y conscientes.

La repercusión sobre la vista es muy favorable e incluso especialmente eficaz, tanto cerebralmente como para la salud del ojo, si se respetan las precauciones que indicamos, normas establecidas durante más de 40 años de experiencia en decenas de miles de casos.

Las personas de edad pueden incluso lograr un rejuvenecimiento cerebral.

EQUIPO ENERGÍA FOSFÉNICA



Nivel
• principiante

AUMENTE SU ENERGÍA MENTAL

Utilizando la energía de los fosfenos.
Ejercicios prácticos en ***CDS.***



1 - CD DE ENTRENO A LA MEDITACIÓN GIROSCOPICA

Este CD forma parte integrante del trabajo para la meditación giroscopica diseñado por el Dr. LEFEBURE con el Girascopio, aparato presente en el Salón de los descubrimientos más importantes de la investigación científica en Francia. El Girascopio está diseñado para provocar la subida de kundalini mediante el descubrimiento del Dr. LEFEBURE del comportamiento rotacional del cerebro.

Ref. : CK3. Precio: 32 €

2 - CD ESPECIAL DE SINCROFONÍA

10 minutos con el CD de Sincrofonía equivalen a una hora de balanceo lateral con gran sincronización entre los pensamientos visuales y auditivos. ***Más fuerza, más energía en el pensamiento = más facilidad para obtener resultados***.

Ref. : CDSY. Precio: 32 €

8 - Pequeña GUÍA de la «mezcla fosfénica»

Es un resumen del libro *Expansión cerebral por la luz natural.*

Describe los procedimientos básicos de la «mezcla fosfénica».

3 - LÁMPARA FOSFÉNICA DE BOLSILLO

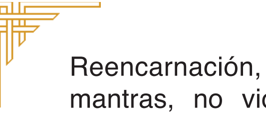
Su filtro especial le asegura la obtención de preciosos fosfenos y garantiza una inocuidad total sobre la retina en las observaciones fijas.

Puede ser confiada sin ningún peligro incluso a un niño. De viaje o en casa, de vacaciones o en su lugar de trabajo, la «lámpara fosfénica de bolsillo» le será útil en cualquier circunstancia.

Ref. : AMLP. Precio: 44 €

4 - PODER DEL CRISTIANISMO, MAGIA CRISTIANA

Los ejercicios iniciáticos del cristianismo al descubierto, explicados con la claridad y genialidad habitual del Dr. LEFEBURE.



Reencarnación, convergencia ocular, mantras, no violencia, balanceos, la influencia zoroástrica, etc.
Ref. : L12. Precio: 30 €

5 - EXPANSIÓN CEREBRAL POR LA AUDICIÓN ALTERNATIVA

Las bases del único aparato de activación cerebral premiado internacionalmente descritas con claridad, así como su aplicación en aspectos de desarrollo personal, pedagógico e iniciático.
Ref. : L04. Precio: 19 €

6 - LA INICIACIÓN SUBUD

La iniciación cómo indica la palabra, es el principio que debe conducir hacia unas experiencias psíquicas extraordinarias.

En este libro el Dr. LEFEBURE analiza dos métodos iniciáticos: el primero le fue revelado cuando tenia 18 años por un maestro zoroástrico y el segundo a los 44 por el mago Pak SUBUH.
Ref. : L01. Precio: 6 €

7 - YOGA DE DOS SEGUNDOS

Es un manual práctico de los ejercicios iniciáticos tradicionales zoroástricos descritos en *La iniciación de Pietro*.
Ref. : L06. Precio: 8 €

8 - ANTIFAZ DE RELAJACIÓN

Ref. : AB. Precio: 14 €



Este kit le permitirá realizar experiencias prácticas a su ritmo, en su casa con toda tranquilidad. Le ofrece aspectos simples claros y prácticos de la ciencia de la Fosfenología.

LOS BALANCEOS: desde hace milenios, los balanceos son practicados en numerosas tradiciones y enseñanzas iniciáticas de alto nivel, con el fin de provocar el despertar de la conciencia. **Algunos ejemplos:**

Balanceo lateral: intuición. Telepatía. Refuerzo de la personalidad, lo que nos permite no estar sujetos al estrés.

Balanceo vertical: despertar en el sueño, sueños dirigidos, extensión de la conciencia. Facilita lo que algunos han dado en llamar el «paraíso perdido» es decir, el mundo nocturno.

Balanceo anteroposterior: visiones proféticas. Transformación de los sueños en acciones concretas.

Balanceo en ocho: permite adquirir una mayor fuerza de carácter y una cierta clarividencia sobre el camino a seguir.

Balanceo en herradura: llamado también de Cristo porque la posición de la cabeza en la cruz, no es una posición normal para un muerto, Sueño iniciático, durante el cual el sujeto recibe consejos sobre los ejercicios que debe practicar para llegar rápidamente a un desarrollo interior superior.

Las rotaciones: desarrollo de la fuerza magnética.Toma de conciencia y despertar de los chacras.



Doctor LEFEBURE
Medalla de Plata en el Concurso Lépine, 1964, por la invención del *Cerebroscopio.*



KIT ALTERNOFONÍA

Nivel
• principiante
• practicante
• iniciado

PREPARACIÓN DE LOS EXÁMENES
MEJORA DE LA MEMORIA
ENRIQUECIMIENTO DEL TEMA DE MEDITACIÓN

Aparato para la audición alternativa con ritmo y volumen regulables. Permite practicar todos los ejercicios de pensamiento rítmico con la máxima eficacia ***gracias al aporte de energía suplementaria a la masa cerebral, facilitando así las conexiones neurológicas.***



1 2 3 4 5

1 - ALTERNÓFONO

Sincronizador a cuarzo, portátil. Con pantalla digital de cristal líquido, controlado por microprocesador. Aparato de audición alternativa a ritmo y tonalidad regulables. Equipado con una batería que ofrece gran autonomía y recargable con un pequeño transformador que se incluye.

Este aparato puede ser utilizado en numerosas situaciones, desde en la Facultad pues permite memorizar mejor las clases, hasta en paseos o en momentos de descanso en el campo. Una toma exterior permite conectarlo con un equipo de alta fidelidad o a un walkman, con el fin de escuchar sus clases o incluso música.

Una pantalla digital de cristales líquidos, controlada por un microprocesador, permite ajustar los ritmos con una gran precisión, lo que hace que su utilización sea muy simple y al alcance de todos.

Se entrega con unos auriculares estéreo. El Alternófono está construido con un microprocesador. Este microprocesador controla el teclado y la pantalla, así como el ritmo de la alternancia el zumbido y el clacleteo. El oscilador a cuarzo del microprocesador, asegura una precisión del 0,0001 %.

Ref. : AA. Precio: 840 €



2 - UN CD GENERADOR DE ESTADOS DE CONCIENCIA

Este CD, conectado al Alternófono, estimula el sentido del ritmo y permite una audición mejor, favoreciendo la imagen mental sobre planos más estructurados. Únicamente su audición con el Alternófono permite obtener el efecto psicoacústico tan buscado, obteniendo planos de conciencia más sutiles. Este CD puede ser escuchado en todos los reproductores de CD conectado a un Alternófono por un cable de conexión especial.

Ref. : CG2. Precio: 32 €

3 - EXPANSIÓN CEREBRAL POR LA AUDICIÓN ALTERNATIVA

La audición alternativa consiste en escuchar primero por el oído derecho y después por el izquierdo, a un ritmo regular y regulable, un sonido que puede ser un zumbido, un chasquido o los dos asociados, o incluso una instrucción oral o música. Los efectos fueron verificados en diversos laboratorios de Francia, el C.N.R.S, el Instituto Nacional de Deportes y en el laboratorio central de los P.T.T. La audición alternativa es muy utilizada en:

Pedagogía: la utilización del Alternófono en el estudio permite una mejor comprensión. La atención se mantiene sin que aparezca fatiga; el trabajo intelectual es de mejor calidad y más organizado.

El Alternófono se utiliza regularmente entre los estudiantes para preparar los exámenes. Las materias incluso las difíciles, se vuelven más atractivas durante la audición alternativa. Así se logra una mayor motivación en el estudio.

Desarrollo psíquico: las técnicas iniciáticas son más eficaces si se asocian con el Alternófono. Se accede con facilidad a numerosos fenómenos psíquicos, a estados de relajación y de vacío mental. Los sueños se vuelven proféticos, con revelaciones relacionadas con el tema de meditación personal. El Alternófono facilita el desdoblamiento y la subida de kundalini.

Ref. : L04. Precio: 19 €

4 - UN MANUAL DE UTILIZACIÓN

Ficha técnica del aparato y su utilización. Clasificación de los ritmos y sus aplicaciones.

5 - MALETA «SERIE PROFESIONAL»

Esta magnífica maleta de piel le permitirá mantener ordenado y resguardado el Alternófono, el libro, el CD, etc. en sus desplazamientos.

Ref. : MALET. Precio: 100 €

(Garantizado por 5 años).

El equipo
***Ref. : CAAM** (completo)*
840 €



2 veces Medalla de Oro y precio del Concurso Lépine, por el acción sobre el cerebro del ***Aparato de Audición Alternativa.***







ALGUNAS DE LAS APLICACIONES MÁS FRECUENTES DE LA ALTERNOFONÍA



☛: Indicación ✔ : Observación

1 - Lectura y estudio de un texto

☛: sin chasquido. Zumbido suave. Sonido agudo. 2.00 segundos por lado.
✔: al cabo de 10 mn. la atención es más sostenida, el texto parece más atractivo y menos fastidioso.

2 - Escritura - Redacción

☛: chasquido sólo bastante fuerte. 1.00 segundo por lado.
✔: regule el aparato 5 a 10 mn. antes de estudiar. Vuelva a ponerlo tras la sesión de trabajo para descansar.

3 - Reforzar la memoria

☛: chasquido sólo bastante fuerte. 1.00 segundo por lado.
✔: memorice un texto con el Alternófono. Puede también escuchar el aparato un momento, párelo y comience la lectura y memorización del texto. La utilización debe ser igual al tiempo de memorización.

4 - Estudio de lenguas extranjeras

☛: (a) 3.00 segundos por lado.
Nota: conectarse con un equipo musical a la toma «exterior».
✔: notaremos que aumenta la comprensión de las palabras y las frases. Además, permite aprovechar al máximo la tendencia natural de los hemisferios cerebrales.

5 - Estudio de lenguas extranjeras

☛: (b) 12.00 segundos por lado con chasquido.
Nota: conéctese un equipo musical a la toma «exterior». O bien para repaso (caso de un examen): repita mentalmente con la alternancia una frase mientras el chasquido está de un lado y su traducción cuando está del otro. Las frases extranjeras deben estar siempre del mismo lado.
También se puede visualizar la imagen correspondiente.
✔: permite crear asociaciones y reflejos útiles para cuando se encuentre frente a un interlocutor extranjero.

6 - Matemáticas

☛: 1.50 segundos de chasquido por lado.
a) Para aprender las tablas de multiplicar (para los niños): repita el enunciado mentalmente, siempre del mismo lado y el resultado siempre del otro.
Por ejemplo: 4 x 2 mientras el sonido está a la derecha y 8 mientras está a la izquierda; continuar recitando la tabla varias veces seguidas.
✔: al recordar el mecanismo del balanceo en la cuna, algunos niños llegan a repetir la tabla en sueños.
b) Para facilitar la comprensión y resolver más rápidamente los problemas de matemáticas, utilice el Alternófono unos 10 mn. antes de ponerse a estudiar.
✔: aumenta la capacidad de razonar. Las ideas son más claras, es decir, se ve mejor el razonamiento hasta la solución.

7 - Estimular la imaginación

☛: 1.00 segundo por lado. Chasquido sólo bastante fuerte. Para preparar el tema de una disertación: alterne períodos de unos 5 minutos, en los que se reflexiona sobre el tema y otros en que se abandonará a escuchar la alternancia.
✔: aparecen numerosas ideas y se logra una expansión del vocabulario a utilizar durante la disertación.

8 - Audición alternativa de un equipo musical

☛: la mejor fidelidad de palabra o música se obtiene a un ritmo alternativo de 1/12 de segundo y ajustando el volumen con el mando de la fuente externa.





✔: la atención a las palabras que llegan tanto a un oído como al otro es muy superior a lo normal. El objetivo no es escuchar la música, sino observar los diferentes estados de conciencia por los que se pasa y sobre todo, alcanzar un volumen musical con pérdida de sensación corporal. Este estado de conciencia se percibe mejor con música clásica y algunas músicas de relajación. Evite la música moderna.

9 - Toma de decisiones

☛: 1.00 segundo por lado. Chasquido sólo. Utilice el Alternófono durante unos segundos cuando se dude entre varias opciones.
✔: aparecerán claramente las razones para adoptar una de las opciones. Es muy útil en orientación profesional.

10 - Dominio de sí mismo

Atenuación de la emotividad, la angustia, de la depresión y del estrés.
☛: 1/6 de segundo, chasquido sólo muy rápido. Duración de la sesión 3 / 4 de hora (por ejemplo al dormirse por la noche).
✔: el chasquido rápido permite luchar contra el desaliento y la depresión y puede conducir incluso a una armoniosa exaltación, que favorece las dotes creativas. Se está más distendido se llevan mejor los problemas cotidianos. Se afronta la vida más fácilmente.

11 - Mejoría del sueño

☛: ritmo de 4.00 segundos por lado. Zumbido muy grave. Si es posible, dormirse con el aparato en marcha. A menudo se despertará como una hora después, con una sensación de saturación. Quítese entonces el casco y apague el aparato.
✔: el sueño consecutivo es mucho mejor. Al despertar, el espíritu es más lúcido y los sentidos más agudos y afinados. El Alternófono impide los insomnios de origen psíquico debidos a preocupaciones o ansiedad. El sonido grave predispone eficazmente a la llegada del sueño.

Al cabo de un tiempo, los sueños se recuerdan al despertar y con más variedad de colores.

12 - Para calmar a los niños inquietos y que gritan

☛: 1.50 por lado. Duración de la sesión, 3/4 de hora si es posible.
✔: al cabo de entre 25 y 45 minutos, el niño se calma y deja de hacer gestos inútiles. Entonces conviene quitarle el casco.

13 - Hiperrelajación

☛: 3.00 segundos por lado. Chasquido con zumbido muy grave.
Nota: el chasquido debe ser netamente más fuerte que el zumbido. Tiempo necesario: 3 / 4 de hora.
✔: es el efecto que se constata más regularmente. Dicha relajación es espontánea; es más profunda que la obtenida por cualquier otro método.

14 - Aumento de la nitidez de las imágenes visuales mentales

☛: chasquido sólo, a 1.00 segundo por lado al comienzo y después ir acelerando lentamente el ritmo de la alternancia hasta el máximo.
✔: la aceleración progresiva aumenta la energía cerebral. Llega un momento en que las imágenes mentales se hacen muy intensas.

15 - Activación cerebral

☛: chasquido sólo, a un segundo por lado. Tiempo de utilización: 5 min.
✔: nos sentiremos mejor y más dispuestos para el trabajo. Las ideas son más claras. Se es más metódico y se trabaja más rápido sin fatigarse.

16 - Expansión cerebral

☛: un segundo de zumbido medio por lado, hasta llegar a la saturación.
✔: aumento de la personalidad. Se es más sociable y optimista, sin dejar de ser realista. Se vuelve menos susceptible.



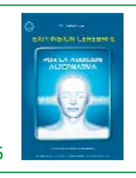


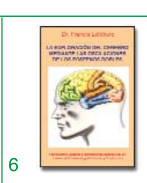


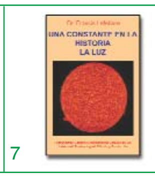
EL pack más completo con la Lámpara del DR.



4 

5 

6 

7 

8 

9 

10 

1 - LÁMPARA FOSFÉNICA DEL DOCTOR LEBEBURE 2008

Se ha diseñado especialmente para la práctica del Fosfenismo y para ser utilizada con la nueva bombilla de luz natural creada para el Fosfenismo. Cumple con todos los requisitos técnicos y de seguridad. Ha sido revisada por el INSTITUTO TECNOLÓGICO METAL-MECÁNICO (AIMME). Normas CE. Para el desarrollo de la memoria y para los estudiantes que hacen muchos de fosfenos en el marco de sus estudios.

También para el desarrollo individual y la práctica de las técnicas iniciáticas, con el fin de trabajar de modo eficaz con los fosfenos. Todo el método se basa en la utilización de los fosfenos. Para obtenerlos de modo eficaz, debe utilizar la *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure® con* el fin de asegurarse una reflexión perfecta de la luz y ningún riesgo ocular.

Por esa razón hemos fabricado un reflector especial concebido únicamente para el Fosfenismo.



Además la nueva bombilla de luz natural encaja perfectamente asegurando una luz homogenea dulce y relajante.

En está nueva *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure® 2008* se ha incorporado un pulsador que facilita su encendido y apagado. Teniendo en cuenta su utilización específica, se ha puesto un cuidado muy particular en su creación.

La *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure® 2008* dispone de un soporte orientable con pinza que permite su colocación en cualquier lugar, estanterías, mesas etc.

Ref. : ALP. Precio: 241 €

2 - BOMBILLA DE LUZ NATURAL

Esta bombilla se ha fabricado siguiendo las indicaciones de Fosfenismo para ser utilizada en la *Lámpara fosfénica del Doctor Lefebure® 2008* y además como fuente ideal de luz natural.

Por su rendimiento de color (CRI 92) y su temperatura de color (6500 K.), lo máximo que técnicamente se puede conseguir con este tipo de bombillas y su diseño encapsulado, hacen que su luz sea imposible de distinguir de la luz solar. Se puede utilizar tanto para hacer magníficos fosfenos como para trabajar con fosfenos por reflexión de la luz (en este KIT se incorpora una segunda bombilla para esta función). Reduce el cansancio de los ojos y permite períodos de trabajo más largos y más agradables, su luz es dulce y relajante para el cerebro y para la vista.

Ref. : A08. Precio: 48 €

3 - ANTIFAZ DE RELAJACIÓN

Indispensable para crear una oscuridad casi perfecta con el fin de practicar en las mejores condiciones.

Ref. : AB. Precio: 14 €

4 - EXPANSIÓN CEREBRAL POR LA LUZ NATURAL

Esta obra explica en detalle cómo practicar el formidable método del Dr. LEFEBURE.

Ref. : LABC. Precio: 19 €

5 - EXPANSIÓN CEREBRAL POR LA AUDICIÓN ALTERNATIVA

La audición alternativa consiste en escuchar primero por el oído derecho y después por el izquierdo, a un ritmo regular y regulable, un sonido que puede ser un zumbido, un chasquido o los dos asociados, o incluso una instrucción oral o música.

Los efectos fueron verificados en diversos laboratorios del Estado Francés, el C.N.R.S, el Instituto Nacional de Deportes y en el laboratorio central de los P.T.T. La audición alternativa es muy utilizada en:

Pedagogía: la utilización del Alternófono en el estudio permite una mejor comprensión. La atención se mantiene sin que aparezca fatiga; el trabajo intelectual es de mejor calidad y más organizado.

El Alternófono se utiliza regularmente entre los estudiantes para preparar los exámenes.Las materias se vuelven más atractivas durante la audición alternativa. Así se logra una mayor motivación en el estudio.



Desarrollo psíquico: las técnicas iniciáticas son más eficaces si se asocian con el Alternófono. Se accede con facilidad a numerosos fenómenos psíquicos, a estados de relajación y de vacío mental. Los sueños se vuelven proféticos, con revelaciones relacionadas con el tema de meditación personal. El Alternófono facilita el desdoblamiento y la subida de kundalini.

Ref. : L04. Precio: 19 €

6 - LA EXPLORACIÓN DEL CEREBRO por las oscilaciones de los fosfenos dobles

El estudio de los fosfenos dobles permite determinar qué efecto tiene sobre el cerebro: un régimen alimenticio, una postura física, un medicamento, un ejercicio mental, de un modo más fiable que con un E.E.G pues cuando éste ya no puede proporcionar más información, los fosfenos nos la facilitan. El examen cerebroscópico le permitirá saber cómo practicar los ejercicios, de modo que estén de acuerdo con sus propios ritmos cerebrales. Los fosfenos constituyen verdaderas sondas que nos dan múltiples informaciones de orden psicológico y de análisis médico.

Ref. : L11 - Precio: 25 €

7 - UNA CONSTANTE EN LA HISTORIA : LA LUZ

Compendio de conversaciones con el Maestro PACERE TITINGA. A treinta kilómetros de la capital Ouagadougou, en el pueblo de Manega, donde el padre del Maestro PACERE era rey, las danzas tradicionales que conmemoran un fallecimiento tienen la finalidad de ayudar al alma a elevarse. Estas danzas muestran inmejorablemente el ritmo sinusoidal que poseen todas las vibraciones y por tanto preparan a vivir dicho ritmo en la conciencia, lo cual es una forma particularmente profunda de la presencia de Dios en uno mismo.

Ref. : LC04 - Precio: 10 €

8 - NUEVA EXPLICACIÓN DEL ORIGEN DE LAS RELIGIONES EL FOSFENISMO

El Fosfenismo nació en el alba de la Humanidad y ha sido utilizado instintivamente por todos los pueblos en algún momento de su evolución, en todos los cultos al Sol que asociaban la oración con su observación fija. Éste es el caso de los zoroástricos cuyos sacerdotes se denominaban «magos». La magia, en el sentido original del término, es por tanto una ciencia de los fosfenos que se perdió.

Ref. : L10 - Precio: 19 €

9 - UN CD AUDIO

Con ejercicios prácticos explicando la «mezcla fosfénica».

Ref. : CD LABC. Precio: 32 €

2 - CD ESPECIAL DE SINCROFONÍA

10 minutos con el CD de Sincrofonía equivalen a una hora de balanceo lateral con gran sincronización entre los pensamientos visuales y auditivos.

Ref. : CDSY. Precio: 32 €

448 €

El equipo - Ref.: EXCE
(ALP + A08 + AB + LABC + CD LABC + L04 + L11 + LC04 + L10 + CDSY)

PACK MANTRAS



El MANTRATRÓN

Es un aparato que permite la repetición de los mantras a un ritmo de una regularidad perfecta, ***que es la condición básica para su eficacia***

El MANTRATRÓN permite practicar más fácilmente ***todos los ejercicios de pensamiento rítmico.***



1 - MANTRATRÓN

Pantalla de cristales líquidos con microprocesador de cuarzo y secuenciador programado a ritmo decreciente. Esta regularidad es necesaria para que el pensamiento rítmico, auditivo, visual o cenestésico engendre sincronizaciones en las células nerviosas de las zonas del cerebro en contacto con el pensamiento.

Estas sincronizaciones totalizan sus energías y el pensamiento adquiere una potencia inhabitual.

Se manifiesta entonces en forma de visiones, se transmite telepáticamente muy fácilmente y da lugar a experiencias de desdoblamiento gracias a la intensificación de las sensaciones cenestésicas.

Garantia de 5 años.

Ref. : AMA. Precio: 331 €

2 – MANUAL DE UTILIZACIÓN

Ficha técnica del Mantratrón y su utilización. Clasificación de los ritmos y sus aplicaciones.



3 - EL PENSAMIENTO A LA SEXTA PARTE DE SEGUNDO

Los mantras rápidos son quizá uno de los mayores secretos de los yoguis. Sin embargo, nunca han podido explicar las bases de sus conocimientos. Muchos dan importancia al «significado» del mantra, olvidando que la raíz de esta palabra significa «sonido mental». Por tanto el ritmo es lo más importante, provocando algunos de ellos una verdadera explosión de fenómenos en la conciencia. Con determinadas excitaciones, el fosfeno se pone a temblar al ritmo de la sexta de segundo.

Este ritmo también se ha revelado como una de las claves de los poderes supranormales del espíritu. Pero los efectos del mantra rápido son proporcionales a la regularidad del ritmo; cómo ocurre con los columpios, debemos empujar en el momento oportuno para mantener y aumentar su movimiento. De ahí el empleo del Mantratón para permitir el pleno rendimiento de esta meditación.

Obtenemos entonces una forma particular de iluminación, luego de desdoblamiento (de la misma manera que una pieza de hierro pegada a una pieza de madera se despega si la hacemos vibrar), el despertar de los chacras, de visiones proféticas que se manifiestan al poco tiempo; todo esto con una facilidad desconcertante.***Ref. : L17. Precio: 19 €***

4 - «EL NOMBRE NATURAL DE DIOS OM Y LOS MANTRAS»:

La interjección OM forma parte de todas las liturgias hindúes.

La física moderna pone de manifiesto que expresa mejor la ley de polaridad universal pues la O se traduce por un círculo en el osciloscopio catódico (pantalla de televisión que analiza los sonidos), y la M por un cuadrado. Volvemos a encontrar esta polaridad morfológica, círculo y recta, en todas las polaridades de la naturaleza, principalmente entre el espermatozoide y el óvulo. La ola, cuando estalla, da una modalidad del OM (la O corta).

Un mantra es un sonido cuya repetición mental actúa por su ritmo y sus resonancias analógicas. Una tabla racional de las letras, establecida en función de la forma de los órganos vocales durante su pronunciación, permite a cada uno de nosotros construir lógicamente los mantras mejor adaptados a la meta perseguida.

Los chacras, o centros psíquicos del cuerpo etérico, aparecen como los nudos de vibraciones engendrados por la repetición de los mantras en el cañón de órgano que es el tubo hueco central de este cuerpo sutil (nadi Sushumma del yoga). La repetición mental del OM armoniza el conjunto del psiquismo y constituye un poderoso estimulante de todas las funciones cerebrales.

Ref. : L18. Precio: 19 €

358 €

Ref. : Pack MANTRAS

EQUIPO KUNDALINI



EL GIROPULSAR (Alfalum)
aparato que permite obtener fosfenos giratorios o pulsantes.

Percepción de chacras



1 - GIROPULSAR

Gracias al análisis de los fosfenos el Dr. LEFEBURE descubrió, entre otros, la existencia de una función rotacional del cerebro, que es posible poner de manifiesto con el Giropulsar.

Cómo explica y demuestra el Dr. LEFEBURE, sólo el trabajo de esta función rotacional del cerebro permite la rotación de los chacras. El resto es superfluo. Conforme CE.

Garantía 3 años.

Ref. : AGY. Precio: 241 €

2 - CD AUDIO

Cursos y ejercicios prácticos.

Ref. : CDAGY. Precio 32 €

3 - DEL MOLINO DE ORACIONES A LA DINAMO ESPIRITUAL O LA MÁQUINA QUE DESPIERTA KUNDALINI

TOMO I

Kundalini es la base de todos los yogas y donde se encuentra el equivalente en las prácticas místicas de todas las religiones, pues la subida de esta energía da poder al espíritu. Kundalini está considerada como la más profunda y la más misteriosa de las fuerzas del universo, la más poderosa.

Su despertar y su manifestación, ¿son peligrosos? NO, responde el Dr. LEFEBURE.

Cuando se ha comprendido que esta fuerza es el objetivo del yoga y que la provoca una «meditación giroscópica», se realiza de forma simple, benéfica, sin peligro y fácilmente, contrariamente a lo que describen los dogmas accidentales con interpretaciones precipitadas.

El Dr. LEFEBURE precisa como cada uno con este aparato, puede provocar el despertar de kundalini en una o dos semanas a razón de una hora de ejercicios diaria. En este corto lapso de tiempo el poder de este despertar, es en general, suficiente para que se produzcan los efectos clásicos de la subida de esta fuerza, provocando una iluminación hasta alcanzar la cabeza que engendra experiencias espirituales curiosas y reconfortantes de manera que el experimentador no puede dudar que es «el verdadero» kundalini el que se ha manifestado.

El sujeto es libre entonces de detener su entreno o ir mucho más lejos con el Girascopio del Dr. LEFEBURE.

Este libro hace que kundalini sea accesible a todos mediante una comprensión científica de esta energía.
Ref. : L07. Precio: 32 €

4 - ANTIFAZ DE RELAJACIÓN

Indispensable para crear una oscuridad casi perfecta con el fin de practicar en las mejores condiciones.
Ref. : AB. Precio: 14 €

295 €

Ref. : Pack KUNDALINI

DEFINICIÓN:

Traducción de KUNDALINI:

- *Fuerza/Poder, del pensamiento rítmico.*
- *Energía Universal.*



EQUIPO GIRASCOPÍA

Nivel
• principiante
• iniciado



GIRASCOPIO
o máquina que despierta kundalini.

Permite el despertar de kundalini con todos los beneficios que aporta esta energía. Pone en movimiento las energías sutiles produciendo el despertar de kundalini.

Verdadero laboratorio a domicilio. ¡Tres tipos de Girascopio en uno! Mono-Girascopio, Bi-Girascopio y Girascopio-Concéntrico.

1 - GIRASCOPIO

Equipado de dos motores independientes uno del otro y reversibles. Se entrega con varios juegos de palas-espejos que permiten todas las combinaciones posibles, así el trabajo sobre kundalini se realiza de forma aún más poderosa.Permite el despertar de kundalini con todos los beneficios que aporta esta energía. Pone en movimiento las energías sutiles produciendo el despertar de kundalini.



1 2 3



Acción del efecto de las palas

Los efectos se sienten en primer lugar sobre la vida onírica. Los sueños son más numerosos, más ricos en colores y mejor estructurados. Sobrevienen luego sensaciones de vuelos a más o menos velocidad en universos conocidos o imaginarios.

Provoca una sensación de calor en el perineo que sube a lo largo de la columna vertebral como una especie de remolino hasta el nivel de la cabeza.

Luego aparece una percepción de deslumbrante luz interior que engendra un gran número de estados de conciencia.

La «meditación giroscópica» permite sentir una depuración de su conciencia, lo que se traduce por pensamientos más ligeros y más sutiles que de ordinario. La combinación de las palas de espejo y de las de colores, permite una mejor armonización del sistema nervioso.

El GIRASCOPIO se manifiesta como el único método en el mundo que, por la centrifugación del pensamiento, permite actuar en los más profundos estados del YO. Este paso plenamente iniciático permite alcanzar lo que las tradiciones llamaron la depuración interior, sin ningún problema y sin conflicto interno.

Ref. : AGC. Precio: 940 €

2 - CD DE ENTRENO A LA MEDITACIÓN GIRASCÓPICA

Este CD ha sido especialmente concebido para la meditación girascópica. Compuesto de sonidos especialmente estudiados, este CD es fundamental para la impregnación en la imaginación del movimiento de rotación del pensamiento. Todas sus pistas han sido tratadas con RSS (Roland Sound Space): módulo de tratamiento sonoro psíquico-acústico que permite la evolución espacial de hasta cuatro fuentes sonoras simultáneamente (cuatrifonía).

Ref. : CK3. Precio 32 €

3 - DEL MOLINO DE ORACIONES A LA DINAMO ESPIRITUAL O LA MÁQUINA QUE DESPIERTA KUNDALINI TOMO I

Kundalini es la base de todos los yogas y donde se encuentra el equivalente en las prácticas místicas de todas las religiones, pues la subida de esta energía da poder al espíritu. Kundalini está considerada como la más profunda y la más misteriosa de las fuerzas del universo, la más poderosa.

Ref. : L07. Precio: 32 €

GUÍA PRÁCTICA DE EJERCICIOS

Paso a paso se describen en esta guía todos los ejercicios para progesar en las experiencias de modo coordinado, estructurado y fácil.



El Equipo Ref. : CAGC



1
Girascopio-Concentríco

2
Mono-Girascopio





3
Bi-Girascopio





GIRASCOPIO VIRTUAL

Todas las posibilidades del Girascopio de palas en la pantalla del ordenador. Especialmente pensado para las personas con dificultades de visualización en los ejecicios de girascopia.

La energía misteriosa de Kundalini, inmortalizada y mitificada por los aficionados al yoga, cuando se estimula, se despierta y se sostiene, provoca estados particulares de conciencia que dan acceso a una percepción espiritual muy elevada.

Cuando se conoce la ley de los ritmos que rige la actividad cerebral, es fácil despertar esta energía, y además, una vez se comprende bien el principio, nos damos cuenta que ningún «gurú» es necesario, y nos libramos de prejuicios muy arraigados que se sostienen únicamente por una mala comprensión y un «poetización» de los fenómenos.

La práctica de la meditación Giroscópica permite la acumulación y el arranque de los ritmos neurológicos, tanto en vigilia como en el sueño, lo que provoca el despertar de Kundalini con toda conciencia y sin ningún peligro.

La práctica con el Girascopio virtual es ideal para las personas que tienen dificultad para la visualización.

La visualización es una condición indispensable para que las sincronizaciones neurológicas se establezcan en las zonas correctas del cerebro lo que permite el acceso a estos fenómenos tan buscados.

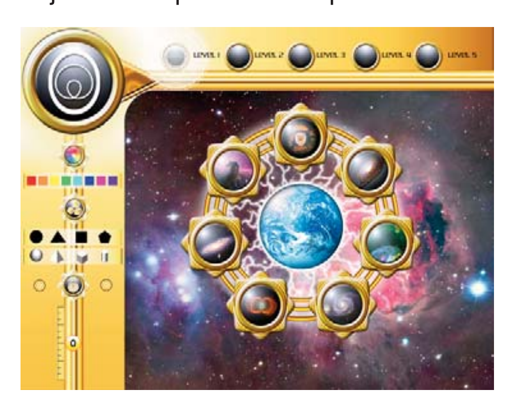
Cuando esta energía despierta, sube a lo largo de Sushumna, el nadi central que progresivamente activa los chakras, y cuando alcanza la cabeza, es la iluminación en el curso de la cual se percibe una luz.

Podemos hablar de despertar tan pronto como la sensación de rotación se vuelve familiar y se acompaña de una fuerza ascensional. El Girascopio virtual pone este despertar al alcance de todos.

Con este programa, para despertar Kundalini, usted deberá dedicar una hora al día a la «meditación girascopica», y esto, durante un mínimo de 3 meses.

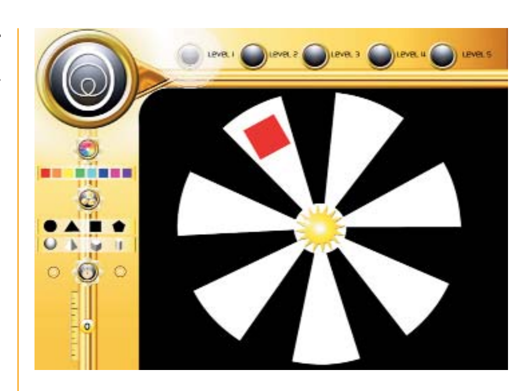
Los plazos son siempre estimativos, nadie es idéntico a nadie. De todos modos, incluso si le hicieran falta 9 meses para alcanzar el objetivo, usted debería sentirse ampliamente recompensado: *¡imagine el tiempo que utilizan los yoguis!*

La práctica tiene efectos inmediatos: usted tendrá las ideas más claras, una renovada alegría de vivir, más energía, además la hora de entrenamiento constituye un momento muy agradable. Por otro lado, los sueños se vuelven más coloreados, más estructurados y dejan una impresión más profunda.



Sus imágenes mentales se vuelven más nítidas, más luminosas en ocasiones son tan precisas que podríamos llamarlas visiones.

Ciertos problemas psicológicos desaparecen. El Dr. LEFEBURE habla de depuración de la conciencia.



El Fosfenismo implica una observación de los estados de conciencia. Usted adopta una actitud de testigo, como si fuera un sabio y siguiera con interés una experiencia decisiva. Con está actitud su viaje será excitante, estimulante, lleno de experiencias inéditas.

Los fosfenos nos dan informaciones muy precisas sobre la forma en que funciona el cerebro. Cada comportamiento del fosfeno corresponde a un ritmo cerebral muy particular. Estos ritmos son tan complejos que se entremezclan y se traslapan, lo que explica que después de haber hecho un fosfeno se le pueda ver pulsar, balancearse ligeramente o bien temblar al deslizarse en el campo visual, o incluso eclipsarse y girar. Por lo tanto, si el fosfeno es susceptible de ser conducido en un movimiento de rotación, es porque existe un ritmo cerebral específico para la rotación.



El Equipo Ref. : CGV



EQUIPO DESDOBLAMIENTO ASTRAL

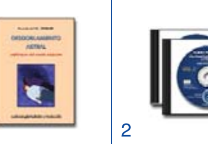


Nivel
• principiante
• iniciado

Cursos prácticos de DESDOBLAMIENTO ASTRAL



Preparacion al desdoblamiento astral.


1


2


3



1 - DESDOBLAMIENTO ASTRAL o la exploración del mundo subjetivo

Los fenómenos iniciáticos se manifiestan raramente durante los ejercicios de entreno, aparecen tras varias horas o pasado un día. No hay pues que confundir los engaños sensoriales con los ejercicios iniciáticos que conducen a verdaderas experiencias interiores fuera de las sesiones de entreno, muy a menudo por la noche, proyectando la conciencia en los planos cósmicos. Los técnicas iniciáticas permiten experiencias muy poderosas que van mucho más lejos que la simple posibilidad de la creación mental personal. La escuela del Dr. LEFEBURE con la fuerza que le da el conocimiento de los fenómenos psíquicos le ofrece lo que jamás ha sido explicado sobre el desdoblamiento, una facultad natural, accesible a todos y común a todos los hombres.

Ref. : L25. Precio 19 €

2 - LOS CDS AUDIO

La escuela del Dr. LEFEBURE ha creado un curso en formato CD desarrollando la teoría y los ejercicios prácticos para conseguir las diferentes variedades de desdoblamiento, tanto el mental, el astral o las manifestaciones del doble a distancia.

Estas grabaciones, muy precisas, han sido especialmente concebidas para que el desdoblamiento sea accesible a todos. Los ejercicios son progresivos y cada una de las fases de la práctica se analiza y estudia de manera que permita al experimentador vivir las experiencias cada vez más y más poderosas de forma que pueda obtener un juicio objetivo sobre los resultados obtenidos por las técnicas fosfénicas.

Ref. : CDSL25. Precio 64 €

3 - LÁMPARA FOSFÉNICA DE BOLSILLO

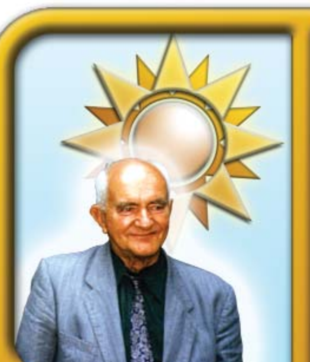
Su filtro especial le asegura la obtención de preciosos fosfenos y garantiza una inocuidad total sobre la retina en las observaciones fijas. Puede ser confiada sin ningún peligro incluso a un niño. De viaje o en casa, de vacaciones o en su lugar de trabajo, la «lámpara fosfénica de bolsillo» le será útil en cualquier circunstancia. Funciona con pilas que no se proporcionan.

Ref. : A01. Precio: 44

125 €

El equipo - Ref. : CDA.





Doctor Francis LEFEBURE

(17 septiembre de 1916 - 19 marzo de 1988)
Médico de los Hospitales de París
Médico del Servicio de Salud Escolar
Profesor de Ciencias y Matemáticas
Medalla de Oro y **Premio del Concurso Lépine,** 1963
Medalla de Plata en el Concurso Lépine, 1964
Medalla de Oro en el Salón Internacional de Inventores, 1964
Medalla *Vermeil* en el Salón Internacional de Inventores, 1967
Medalla de Plata en el Salón Mundial de Inventores de Bruselas, en 1975 por su método de la
MEZCLA FOSFÉNICA EN PEDAGOGÍA

LOS BALANCEOS

Desde hace milenios, los balanceos se practican en numerosas tradiciones y enseñanzas iniciáticas de muy alto nivel, con el fin de provocar el despertar de la conciencia.

Recordemos que lo que llamamos «técnicas iniciáticas» no son más que la aplicación metódica de unos medios utilizados instintivamente por los niños para desarrollar su cerebro, si ninguna presión externa se lo impide. Así ocurre con los balanceos. También hemos mostrado como la mayor parte de los niños a los que se deja frecuentemente solos, emprenden el camino de la «mezcla fosfénica». Sin saber porqué, miran el reflejo del Sol en el agua o un reflejo de luz en un suelo bien pulido (por ejemplo)...

Doctor LEFEBURE

La Escuela del Doctor LEFEBURE, es el ***PRIMER*** Centro Internacional de enseñanza de técnicas iniciáticas. El Fosfenismo, tiene hoy miles de practicantes en todo el mundo, y es la única organización esotérica/iniciática mundial que nunca ha sido clasificada como «secta». En el Fosfenismo no hay ningún gurú al que venerar, no existe ningún dogma (creyentes o ateos), ningún practicante se aísla del mundo, todos viven individualmente perfectamente integrados en la sociedad. Ninguna presión psicológica puede ejercitarse sobre los practicantes que deciden dejar de utilizarlo. El Fosfenismo no tiene ni vocación, ni intención de infiltrarse en las instancias del poder.

EL FOSFENISMO ES LA DIFUSIÓN AL GRAN PÚBLICO DE UNA ENSEÑANZA QUE ANTAÑO FUE CONFIDENCIAL Y RESERVADA PARA UNA ÉLITE DE INICIADOS.

Lejos de las sectas endebles y debilitantes, lejos de las sociedades secretas y pomposas, la obra del Doctor LEFEBURE se impone cada vez más como una alternativa a todos los que van en busca de un conocimiento verdadero y esotérico.



CONFERENCIAS
Tras una solicitud, un profesor de la escuela se desplaza para realizar conferencias en España y en Latino América. Para cualquier actividad, manifestación o conferencia no duden en contactarnos.



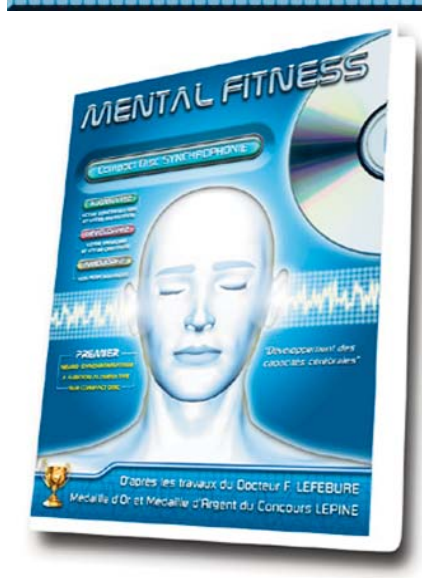
FORMACIONES
Regularmente la Escuela del Dr. Lefebure presenta cursos de formación. Para estar al corriente de las actividades en su región déjenos simplemente su nombre y apellidos así como su dirección completa.

INFORMACIONES IMPORTANTES
La denominación «Fosfenismo» es una marca registrada y no puede ser utilizada sin la conformidad explícita de la Escuela del Dr LEFEBURE, que facilita esta autorización y un certificado de enseñanza sólo a las personas que han seguido una formación. Por el bien de todo el mundo, particularmente de los individuos, el Instituto Internacional de Fosfenismo llevará a los tribunales a toda persona que enseñe el método sin un acuerdo escrito con la Escuela del Dr. LEFEBURE o que haga un uso comercial de los términos de Fosfenismo.

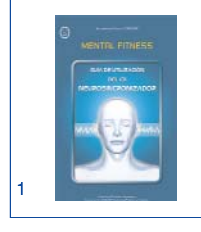




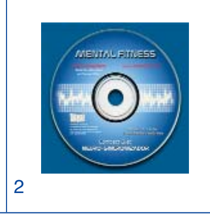
CD NEURO-SINCRONIZADOR



***DESARROLLA** la memoria la inteligencia y la creatividad*
***AUMENTA** la concentración y la motivación*
***MEJORA** los resultados*
***MANTIENE** la forma y la moral*
***ACUMULA** energía*



1



2

NEURO-SINCRONIZADOR EN COMPACT-DISC

Este CD está basado en el principio de la audición alternativa o Alternofonía (descubrimiento premiado con dos Medallas de Oro en el Concurso LEPINE 1963 y en el Salón de los Inventores de Bruselas 1964. Consiste en escuchar alternativamente por la oreja derecha y luego por la oreja izquierda, con un ritmo regular, un sonido que puede ser un zumbido, un claqueteo, o ambos asociados.

Comprobamos entonces un descanso del espíritu, un optimismo más grande, un enriquecimiento del pensamiento, una mejora de la personalidad, de la creatividad y del sentido artístico y a veces un alivio momentáneo de ciertos trastornos.

¡Estos efectos psicológicos son muy profundos, porque el reequilibrado se produce en los hemisferios cerebrales!

En efecto, la vida diaria con sus actividades y comprimisos nos sitúa en una actitud mental y una manera de ver las cosas particularmente vinculada a uno de los hemisferios, que se convierte en el dominante.

El hemisferio izquierdo está relacionado al espíritu de análisis y de control (el espíritu cartesiano en el sentido de la abstracción y las matemáticas). El hemisferio derecho, está relacionado al sentido artístico, al ensueño, a la espontaneidad. La audición alternativa aumenta y mejora los enlaces interhemisféricos.



El trabajo de ambos hemisferios se regulariza hasta tal punto que, el hemisferio izquierdo, que cuando domina genera una personalidad más bien rígida, goza de una flexibilidad más grande estimulada por las aportaciones del hemisferio derecho.

El hemisferio derecho goza de una parte, de una mejor organización en las ideas que se vuelven más ricas y mejor estructuradas y por otra parte, de una mayor facilidad en la ejecución y realización de estas ideas. El individuo, más dado a la acción, desarrolla mejor su sentido de la iniciativa. Las ideas nuevas son más numerosas.

1 - MANUAL

Este manual no es tan sólo una guía de utilización, sino que es también un pequeño libro apasionante sobre las neurociencias y las ciencias cognoscitivas escrito en un lenguaje simple y claro que le permitirá obtener un rendimiento óptimo de su CD.

2 - CD

Usted va a oír claqueteos o zumbidos alternativamente por la oreja izquierda y derecha con ritmos regulares y repetitivos (a través de unos auriculares). Son los ritmos regulares y repetitivos los que verdaderamente actúan sobre la actividad cerebral.

Dispone de hasta siete **CDS NEURO-SINCRONIZADOR** ***distintos*** dependiendo del aspecto cerebral que quiera potenciar

1 ➡ ***Mejora de la personalidad - Eliminación de miedos y estrés - Dominio de sí mismo - Estado Zen.***

2 ➡ ***Escritura y redacción - Memoria - Estimulación cerebral.***

3 ➡ ***Estudio de matemáticas y lenguas.***

4 ➡ ***Lectura, memorización y estudio de textos.***

5 ➡ ***Relajación - Desarrollo del optimismo.***

6 ➡ ***Insomnio - Recordar los sueños.***

7 ➡ ***Refuerzo de la voluntad y la motivación - Superación de los malos hábitos, tabaco, alcohol, drogas, etc.***

El equipo - Ref. : CNEU.







GENERALIDADES SOBRE LA PRÁCTICA DEL FOSFENISMO

¿Qué es la mezcla fosfénica? Principio básico

Hacer fosfenos solos no desarrolla nada, o casi nada, en el ámbito mental. Sólo hacer fosfenos aporta una gran relajación física y un aumento de energía mental. Sólo la «mezcla fosfénica» estimula el conjunto de las facultades cerebrales.

La «mezcla fosfénica» consiste en mezclar un pensamiento con el fosfeno.

Esta mezcla se realiza en el tiempo (manteniendo un pensamiento concreto elegido de antemano durante la presencia del fosfeno), o a la vez en el tiempo y en el espacio (localizando la imagen mental visual o auditiva en el interior del fosfeno). Esta segunda manera de actuar es más eficaz, pero más difícil. Para obtener verdaderos resultados sobre el desarrollo de las capacidades mentales, hay que asociar los fosfenos al trabajo cotidiano, el estudio o los temas de reflexión.

¿Cuáles son las contraindicaciones de la práctica?

La única contraindicación para la práctica del fosfenismo es el glaucoma, es decir, la hipertensión de los líquidos del ojo, que se traduce por fuertes dolores en el fondo del ojo.

En realidad, es una contraindicación parcial, porque personas con un glaucoma ligero, contra nuestra opinión, han practicado con los fosfenos, pero tomando ciertas precauciones elementales. Han utilizado una bombilla más débil, se han colocado más lejos y han mirado fijamente la lámpara durante menos tiempo. El glaucoma no ha evolucionado, y los ojos han ganado en resistencia.



De esta manera, estas personas han podido acercarse progresivamente a la lámpara y después han pasado a una bombilla un poco más potente, sin molestias ni fatiga. Las personas muy sensibles a la luz observan también que, con la práctica regular de los fosfenos, sus ojos se adaptar mejor a los ambientes luminosos y que, al cabo de unos meses, pueden abandonar las gafas de sol.

Después de una operación quirúrgica en los ojos (personas que han sido operadas, por ejemplo, de una catarata o un desprendimiento de retina), conviene esperar entre 1 y 2 años.





Después de una operación con láser, debe esperarse entre 6 meses y 1 año.

El efecto sobre la vista es muy favorable, siempre, por supuesto, que se respeten las normas de iluminación; se trata de normas establecidas por más de 35 años de experiencias con miles de casos. Por otra parte, algunos métodos de rehabilitación visual, como el método BATES, utilizan la luz para rehabilitar la vista. En definitiva, la práctica de fijaciones cortas de la mirada en una fuente luminosa constituye una excelente gimnasia para el ojo.

No hay que inquietarse si al principio se producen algunos problemas de adaptación, como lagrimeo o dolor de cabeza; desaparecerán al cabo de unos días

¿Es un problema ser miope, hipermétrope o astigmático para practicar el Fosfenismo?

No, porque la cantidad de luz recibida es siempre la misma y esta energía es lo que cuenta para nuestra operación de mezcla. Por otra parte, mejora ciertas enfermedades visuales, como las sinequias (adherencias) entre el iris y el cristalino, debido a la intensa gimnasia del iris provocada por la alternancia de iluminación viva y oscuridad. Los miopes podrán constatar una mejora significativa de su agudeza visual.

La práctica regular del Fosfenismo aumenta la agudeza visual en una dioptría el primer mes, sea cual sea la naturaleza de la deficiencia inicial.

Las personas que llevan lentillas de corrección observarán rápidamente una mejora de su agudeza visual, que incluso puede conducirlas a prescindir de las lentillas.

¿Cuáles son los trastornos de la vista que el Fosfenismo no modifica?

Las cataratas: la práctica del Fosfenismo no tiene ninguna acción favorable ni desfavorable, que conozcamos, cuando las cataratas están bastante avanzadas.

En este caso, molestan considerablemente para la práctica, a causa de la iluminación insuficiente de la retina.

No es imposible que la estimulación de la circulación del ojo que produce la alternancia de iluminación intensa y oscuridad tenga una influencia favorable para una catarata incipiente. Carecemos de experiencia en este ámbito.

Los cuerpos flotantes del humor vítreo (la jalea blanda que forma la masa del interior del ojo, detrás del cristalino): en general, estos cuerpos flotantes son bastante transparentes y no se perciben frente a una iluminación intensa. Por lo tanto, se produce un alivio momentáneo, pero ninguna influencia sobre estos cuerpos, favorable o desfavorable.

Hay que señalar que, a partir de la cincuentena, los restos de los vasos embrionarios de la retina caen al humor vítreo. La frontera entre lo normal y lo patológico es aquí bastante borrosa.

Las conjuntivitis: según los oftalmólogos, a los que hemos pedido su opinión, la iluminación que empleamos no puede agravar una conjuntivitis y todavía menos provocarla. En el tracoma, una conjuntivitis infecciosa crónica de origen africano, los ojos enrojecen más fácilmente durante la experiencia, lo cual es un signo que puede ayudar en la detección de esta enfermedad en un sujeto que ignoraba que la padecía, pero esta congestión conjuntival no afecta al desarrollo de la enfermedad.

La discromatopsia (o trastorno en la percepción de los colores): la forma más conocida de trastornos de la percepción de los colores es el daltonismo verdadero (confusión entre el verde y el rojo). Evidentemente, es difícil interrogar a un daltónico sobre los colores que percibe en el fosfeno, puesto que las palabras no tienen el mismo sentido que para nosotros. Pero conocemos el caso de un enfermo que presentaba un trastorno de la percepción de los colores, diferente del daltonismo, un trastorno identificado 2 veces, una al incorporarse al servicio militar y otra a raíz de un examen profesional. Este alumno nos decía que, en el fosfeno, los colores le aparecían más brillantes y mejor diferenciados que de costumbre.

He hecho fosfenos y tengo la conjuntiva roja y picor en los ojos

El enrojecimiento se debe a la vasodilatación de la conjuntiva. La causa es la falta de costumbre y desaparece a los 2 o 3 días de práctica del Fosfenismo.



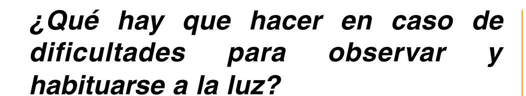
El picor procede de una falta de parpadeo.

¿Cuántos fosfenos se pueden hacer al día con la «Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure 2008»?

Tantos como se quiera. Los estudiantes que preparan sus exámenes repasan sus lecciones con fosfenos durante largas horas (a veces hasta 8 o 9 horas) el mismo día y continúan experimentando sus efectos beneficiosos. Desde hace más de 40 años que el método se difunde, ningún estudiante se ha quejado hasta el momento de ningún problema.

Muchas personas lo corroboran y muestran su satisfacción, así como los resultados positivos obtenidos mediante la práctica del método. Si esto provocara algún problema, ciertamente habríamos restringido la difusión al medio esotérico, un medio que no tiene este tipo de preocupaciones debido a su gran sed de conocimientos.

Además actualmente utilizamos una bombilla especialmente fabricada para el Fosfenismo de luz natural, que ofrece una luz extremadamente relajante tanto para los ojos como para la actividad neurológica.



¿Qué hay que hacer en caso de dificultades para observar y habituarse a la luz?

Colocarse más atrás o alejar un poco la *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure 2008* del metro preconizado por el Doctor Lefebure. Inclinar ligeramente la lámpara hacia abajo a fin de que el haz de luz ilumine un poco más en dirección al suelo. La nueva bombilla genera una luz totalmente solar, luz natural cien por cien.

¿Se necesita un material especial para practicar el Fosfenismo?

Si es sólo a título de prueba para hacer algunos fosfenos, una bombilla doméstica blanca montada en una lámpara sin pantalla o una lámpara de escritorio pueden servir. Pero si se desea pasar a una práctica efectiva, es mejor hacerse con un material especializado. De esta manera, no solamente el fosfeno será mejor, sino que no se constatará ninguna fatiga ocular, incluso con un tiempo de práctica muy largo, como los estudiantes en periodo de exámenes, que hacen gran número de fosfenos durante días enteros, de 8 a 9 horas.

¿Es beneficioso aumentar la potencia de la luz?

En el ámbito pedagógico, NO. La norma establecida por el Dr. Lefebure después de 35 años de experimentación muestra que la potencia de la bombilla de luz natural, 23 w. que equivalen a 125 de las antiguas bombillas de filamento es suficiente para provocar las reacciones neurológicas buscadas.

Por otra parte, observe que la iluminación es demasiado débil para tener una incidencia negativa sobre el ojo a un metro, distancia a la cual hay que colocar la *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure 2008*. No existe ningún desprendimiento de calor que pueda dañar al ojo y ***más con la nueva bombilla que es de bajo consumo y aún después de horas de funcionamiento no desprende casi calor.***

El deslumbramiento provocado por los faros de un coche es mucho peor que el de la *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure 2008* que se ha diseñado epecialmente para que la su luz sea reconfortante. Además, conocemos a varias personas del mundo del escenario, especialmente actores, que nos han dicho que han hecho fosfenos con los proyectores de cine o de teatro, sin ninguna molestia, y que han observado que memorizan sus textos en un tiempo récord.

¿Cómo se hace un posfosfeno?

Mire fijamente la *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure 2008* durante treinta o cuarenta segundos y después cierre los ojos en la oscuridad; observe la mancha de color que aparece en el campo visual. El fosfeno se presenta en forma de una mancha de colores cambiantes, que persisten durante unos tres minutos.

Mi fosfeno no está fijo en el campo visual

El fosfeno sigue los movimientos, incluso involuntarios, de los ojos.

La práctica regular reforzará los músculos perioculares y en poco tiempo el fosfeno dejará de moverse hacia la derecha, la izquierda, abajo o arriba.

Mi fosfeno está sujeto a tiempos de eclipse muy largos

El fosfeno esta regido por los ciclos de la alternancia cerebral. Cada color que aparece en el campo visual está entrecortado por un tiempo de eclipse llamado fosfeno negativo.

Si este tiempo de eclipse le parece anormalmente largo, esto indica una alteración fisiológica cuyas causas pueden ser múltiples: falta de sueño, estado depresivo, toma de medicamentos y, más raramente, problema ocular o problema neurológico.

Mi fosfeno presenta poco o ningún color

Si su fosfeno no sigue el ciclo descrito, esto indica una alteración fisiológica cuyas causas pueden ser múltiples: falta de sueño, estado depresivo, toma de medicamentos y, más raramente, problema ocular o problema neurológico.

Mi fosfeno es de diámetro pequeño

El fosfeno es proporcional al diámetro angular de la fuente. Con una *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure 2008* a un metro de distancia, el fosfeno se presentará de manera óptima en el campo visual.

¿Cómo hacer un cofosfeno, o fosfeno asociado a la luz?

Mire fijamente la *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure 2008* durante tres minutos y después, en la oscuridad, con los ojos cerrados, observe la mancha de colores que aparece en el campo visual.

¿Cómo observar el resplandor difuso?

Inmediatamente después de apagar la *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure 2008*, puede presentarse una luminosidad blanquecina en el campo visual. Esta luminosidad sólo es perceptible por una persona de cada diez. No dura más de unos segundos. Le sigue la primera fase del fosfeno. Este resplandor difuso vuelve a aparecer una vez que el fosfeno ha desaparecido por completo. Puede empezar a aparecer al cabo de 5 minutos, pero generalmente lo hace al cabo de un cuarto de hora de observación del campo visual. Se presenta en forma de una luminosidad blanquecina o grisácea que atraviesa como un barrido el campo visual. El fosfeno por sí mismo es de tipo puramente fisiológico y su fenómeno es bien conocido en medicina oftálmica. No tiene nada de misterioso, se debe al trabajo de tres variedades de conos presentes en el ojo. En cambio, el resplandor difuso es un enigma para la ciencia actual. Presenta propiedades sorprendentes; es muy transmisible por telepatía. En la oscuridad total, e incluso con varias vendas sobre los ojos, se puede distinguir perfectamente un objeto de forma cuadrada o un objeto circular que pasa por delante.

En ciertas condiciones, se puede fotografiar. Puede amoldarse al pensamiento (ordinario); darle una forma.

También posee propiedades calóricas. No hay que confundir el resplandor difuso con el fosfeno y el caos visual.



¿Cómo ver el caos visual?

Una vez que el fosfeno ha desaparecido, se prolonga la observación del campo visual durante 30 a 45 minutos. Por momentos, éste se ve atravesado por una niebla de color que puede estar entrecortada por la presencia de resplandores difusos.

¿Hay que quitarse las gafas y las lentillas para practicar con la lámpara fosfénica?

NO, cómo se ha mencionado anteriormente, la *Lámpara Fosfénica del Doctor Lefebure 2008* no tiene propiedades calóricas. Por lo tanto, no es útil quitarse las gafas o las lentes de contacto para la práctica de la «mezcla fosfénica».

¿Hay que quitarse las gafas o las lentillas para practicar con el sol?

SÍ, con el sol, es ABSOLUTAMENTE OBLIGATORIO quitarse las gafas, ya que producen un efecto de lupa y pueden provocar quemaduras en la retina, también las lentes de contacto, que provocan sequedad en la córnea y una quemadura periférica, y seguir las indicaciones dadas por el Dr. LEFEBURE como, por ejemplo: en ayunas, beber en abundancia para favorecer la vasomotricidad de los capilares, lo cual fluidifica la sangre, mejora la irrigación de los globos oculares y evita la fatiga. No beber alcohol ni bebidas con gas, puesto que el gas carbónico modifica la vasomotricidad de los capilares. Y sobre todo no mirar fijamente el sol durante más de 2 o 3 segundos. La activación cerebral con el sol es mucho más fuerte que con culaquier otra fuente de luz, pero es tan potente que lo principal, lo más importante, la «mezcla fosfénica» se hace muy difícil si no se está entrenado. Así pues no nos especialmente útil en el entreno cotidiano.

LA FIJACIÓN DE LA MIRADA EN EL SOL DEBE DURAR 2 o 3 SEGUNDOS, NO MÁS.

¿Es preferible mirar fijamente el sol al amanecer o al anochecer?

En los dos casos, la salida o la puesta del sol proporcionan una luminosidad «suave», pero no hay que olvidar los consejos anteriores. Y recordar siempre la regla: una iluminación mínima para un máximo de fosfenos.

¿Cuáles son las otras fuentes luminosas con las que se pueden hacer fosfenos?

El reflejo del sol en el agua o en cualquier superficie pulida (espejos, metales etc.)

La fijación de la mirada en las estrellas (especialmente el lucero del alba).

La luna.

Las llamas de un fuego.

¿Es posible hacer fosfenos con una vela?

Únicamente con velas muy grandes cuya mecha presente cierto diámetro. Sin embargo, tenga en cuenta que los resultados serán muy débiles, por no decir insignificantes, porque el impacto sobre el cerebro no es suficientemente importante para provocar la reacción neurológica buscada. Además, si se acerca mucho, corre el riesgo de que el calor le seque la córnea y provoque un incidente ocular. Por lo tanto, es preferible no utilizar una vela.

No consigo poner mi pensamiento en el interior del fosfeno

Lo más importante es centrar la atención en el pensamiento y no en el fosfeno. El fosfeno está obligatoriamente presente, por lo tanto, la mezcla del pensamiento con el fosfeno se establecerá por sí misma.

A causa de los ciclos de alternancia cerebrales, a menudo se produce un cruce entre el pensamiento y el fosfeno. Unas veces se ve el fosfeno y otras se percibe más el pensamiento.

¿Al cabo de cuánto tiempo puedo observar los primeros resultados?

En pedagogía, hay que contar alrededor de un mes, es el tiempo para la creación de las nuevas vías neurológicas. Es importante observar que los efectos del Fosfenismo se basan en la sensación de evidencia. En consecuencia, en la mayoría de los casos, los resultados sólo serán visibles en el cuaderno de notas, en el momento de los exámenes o cuando se tenga necesidad de utilizar la memoria sobre algo aprendido con fosfenos. Siempre a causa de esta sensación de evidencia propia del Fosfenismo que nos enmascara las causas, la mayoría de las veces los resultados serán observados por el entorno más bien que por el propio practicante. Por ejemplo, en el caso de un niño, serán el profesor o los compañeros los que se sorprenderán al constatar el cambio (la progresión).

¿Qué es una sal fosfénica?

La mezcla del pensamiento y el fosfeno da lugar a un pensamiento de gran nitidez. El Doctor Lefebure llamó «sal fosfénica» a esta mayor nitidez producida por el fosfeno. Este concento de «sal fosfénica» debe tomarse en sentido simbólico y filosófico como el resultado de la combinación del pensamiento y el fosfeno, de la misma manera que, en física, se necesita un ácido y una base para formar una «sal», provocando un desprendimiento de energía. En efecto, la luz es una energía que, al golpear el ojo, provoca reacciones químicas y eléctricas en el cerebro, lo cual da lugar a sincronizaciones entre las células cerebrales, acelerando y amplificando los procesos fisiológicos.

La corta fijación de la mirada en una fuente luminosa adecuada proporciona pues una energía suplementaria al conjunto de la masa cerebral, lo cual mejora las capacidades mentales, es decir, la inteligencia.

¿Cuáles son las diferentes categorías de fosfenos que se pueden utilizar en el Fosfenismo?

Existen múltiples maneras de obtener fosfenos. Fosfenos producidos por alucinógenos: los alucinógenos producen fosfenos que se presentan en forma de alucinaciones asociadas, en ciertos casos, a un bienestar temporal. Sin embargo, los alucinógenos producen también lesiones orgánicas y cerebrales.

Sus efectos son diametralmente opuestos a los efectos de la «mezcla fosfénica» que nosotros estudiamos, aunque los dos procesos sean paralelos. Los drogadictos que se ponen a practicar el Fosfenismo terminan por abandonar su dependencia a la droga, porque el Fosfenismo refuerza las estructuras psicológicas del individuo.

Fosfenos por compresión: es posible producir fosfenos mediante una presión de las manos sobre los globos oculares. Esta técnica es muy utilizada por los yoguis, pero a la larga puede producir un desplazamiento del cristalino. Por esta razón, nosotros no la utilizamos. Si recibe un puñetazo en un ojo, verá «las estrellas»; se trata de fosfenos.

¿De dónde viene la palabra «fosfeno»?

Utilizamos esencialmente la categoría de fosfenos que los oftalmólogos llaman *imágenes de remanencia*, *imágenes de persistencia retiniana* o *postimágenes*, que se pueden provocar de varias maneras.

Por otra parte, la persistencia retiniana constituye uno de los principios más importantes del cine; en efecto, en 1829, un belga, llamado Plateau, descubrió que la imagen deja un rastro en la retina durante una décima de segundo. Por ello, una serie de diez imágenes que desfilan durante un segundo da lugar a una sensación de movimiento.

El primer aparato de este inventor se llamaba «fenaquisticopio». Como vemos, el fosfeno ha tenido, en esta forma, un futuro muy próspero…

El origen de la palabra «fosfeno»:

La palabra «fosfeno» viene del griego phôs, luz, y phainein, que significa «aparecer», pero también «brillar». La palabra «feno» fue creada en 1834 por necesidades de la química, para la cual designa el núcleo del benceno. De ahí la denominación de los derivados, que contienen la misma raíz, el más importante de los cuales es el fenol. Se llamó así porque es también es brillante.

En 1838, se recuperó la misma raíz. La palabra «fosfeno» era utilizada por investigadores de disciplinas diferentes. El naturalista Lelorgne de Savigny (1777-1851) la empleaba para designar una variedad de luciérnaga, y el fisiólogo Venzac para designar las sensaciones luminosas espontáneas.

El Doctor Lefebure creó la palabra Fosfenismo® haciendo lo que se llama en gramática un neologismo por restricción a partir de la palabra «fosfeno», cuya raíz principal significa luz y recuerda a «febo», el sol. Este término es también más eufónico para designar el conjunto de las técnicas fosfénicas.

Además, utilizamos el término «imágenes mentales». Para evitar una confusión demasiado grande entre los conceptos de «imágenes mentales» e «imágenes de persistencia retiniana», designamos pues a estas últimas con la palabra «fosfeno». Esta terminología es importante, porque, en los textos antiguos, se encuentra la descripción de los fosfenos, pero los autores, al no disponer de un término capaz de describirlos y designar estar percepciones subjetivas, frecuentemente han utilizado los términos «colores» o «luz», lo cual hace incomprensibles sus textos. Por ejemplo, en un pasaje de sus *Parva Naturalia*, Aristóteles describe el fosfeno por contigüidad de colores y el posfosfeno solar:

(…) la impresión no está solamente en los órganos de la sensación, sino también en los órganos que han dejado de sentir, y está en el fondo y en la superficie. Es evidente cuando olemos alguna cosa de manera continua; en efecto, cuando se pasa de una sensación a otra, la impresión sigue a la sensación, por ejemplo, cuando se pasa del sol a la oscuridad, ocurre que no se ve nada, porque el movimiento causado en los ojos por la luz todavía subsiste. Y si miramos mucho tiempo un solo color, ya sea blanco, ya sea amarillo, lo vemos allí donde dirigimos la mirada. Y si hemos parpadeado al mirar el sol u otro objeto brillante, para los que lo han observado siguiendo la línea recta —siguiendo esta línea la vista consigue ejercitarse— aparece primero tal como es en lo referente al color y después se convierte en roja, a continuación en púrpura, hasta que llega al color negro y desaparece.

ARISTÓTELES, *Tratados breves de historia natural*, Planeta-De Agostini, Barcelona, 1996.

Mi vista no me permite hacer fosfenos, ¿qué puedo hacer?

Si no tiene acufenos patológicos, puede trabajar con el equivalente del fosfeno en el ámbito auditivo, es decir, con los acufenos fisiológicos. La técnica es la misma: mezcla del pensamiento con el feno, en este caso, el acufeno (zumbido de oídos que se produce al taparse los conductos auditivos). Véase *Expansión cerebral por la luz natural*.

¡PARA SU SEGURIDAD!

No utilizar nunca otras lámparas que no estén certificadas como Fosfénicas®.

Y SOBRE TODO NO UTILIZAR NUNCA NI LÁMPARAS DE INFRARROJOS NI LÁMPARAS DE ULTRAVIOLETAS.

Con las de ultravioletas, la úlcera de la córnea está asegurada o, al menos, una conjuntivitis; y las de infrarrojos provocan cataratas si se utilizan en exceso. En los dos casos, es inútil e incluso peligroso utilizar estas lámparas.

EVITAR LOS TUBOS FLUORESCENTES llamados comúnmente de «neón».


WWW.PHOSPHENISM.COM
DR LEFEBURE
METHODS
®


www.fosfenismo.com